

# Проект «Мы здоровью скажем – да!»



# Актуальность

Здоровый образ жизни влияет на состояние организма, в результате чего человек способен успешно реализовывать свои планы, справляться с трудностями, а если придется, то и с колоссальными перегрузками. Крепкое здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полную радостей жизнь.



**Цель данного проекта** – формирование значимости здорового образа жизни для детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

***Задачи для детей:***

- Формировать у детей представление о здоровом образе жизни, об ответственном отношении к здоровью.
- Расширять знания о здоровом образе жизни, учить разбираться в полезных продуктах.
- Воспитывать у детей понятия значимости здорового образа жизни для каждого человека.

***Задачи для родителей:***

- Развивать творческие способности родителей в процессе совместной деятельности с детьми;
- Активизировать участие родителей в реализации проекта.

***Задачи для педагогов :***

- Создать условия для реализации проекта «Мы здоровью скажем – да!», методическое обеспечение проекта, способствовать укреплению отношений между детьми и родителями.
- Повысить профессиональный уровень педагогов.

## *Предполагаемый результат:*

1. Для детей: расширение знаний о значимости здорового образа жизни, повышение интереса к оздоровлению собственного организма, формирование навыков ведения здорового образа жизни.
2. Для воспитателя: повышение профессионализма, внедрение новых методов в работе с детьми и родителями, личностный и профессиональный рост, самореализация.
3. Для родителей: повышение уровня знаний о здоровье и полезных привычках, укрепление взаимоотношений между детьми и родителями, между родителями и ДОУ, самореализация, повышение родительской компетентности по данному вопросу (данной теме, проблеме), участие семьи в учебно-воспитательном процессе.



## Продукт проектной деятельности:

- ❖ Папка-передвижка «Витамины и микроэлементы».
- ❖ Буклет: «Дыхательная гимнастика», «Гимнастика для глаз».
- ❖ Выставка рисунков родители + дети: «Моя семья за здоровый образ жизни».

## Мультимедийная презентация :

- ❖ «Мы здоровью скажем — да!»

## Предварительная работа:

1. Анкетирование родителей детей старшего дошкольного возраста «Формирование здорового образа жизни у ребенка»;
2. Консультации: «Значение режима в воспитании детей», «Физическое развитие ребенка в семье»
3. Оформление семейных фотоальбомов.

## Роль родителей в реализации проекта:

- 1) Сбор семейных фотографий - участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях.
- 2) Оформление буклетов «Мы за здоровый образ жизни!»



Дети



Родители



Педагоги

# ❧ ЭТАПЫ ПРОЕКТА

❧ Подготовительный этап

❧ Основной этап

❧ Заключительный этап



# Подготовительный этап

- Определение цели и задач проекта;
- Определение форм и методов работы;
- Подбор методической литературы, пособий, атрибутов, информации о здоровом образе жизни;
- Разработка календарно-тематического плана проекта;
- Выбор оборудования и материалов (дидактических игр, игровых упражнений, литературно-художественного материала);
- Оформление уголка группы.

# Основной этап

- Работа с детьми

- Познавательное развитие - беседа: «Мы здоровью скажем – да!».
- Речевое развитие: чтение литературы о здоровом образе жизни.
- Игровая деятельность - дидактическая игра: «Утро начинается...», «Чудесный мешочек».

- Работа с родителями

- Консультация:
  - «Здоровый образ жизни».



## ∞ Заключительный этап

- Папка-передвижка «Витамины и микроэлементы».
- Буклеты: «Дыхательная гимнастика», «Гимнастика для глаз».
- Выставка рисунков родители + дети: «Моя семья за здоровый образ жизни».

## ❧ Вывод

Предлагаемый в проекте материал поможет закрепить у дошкольников знания о здоровом образе жизни.

В своей работе мы постарались раскрыть понятие здоровья и значения здорового образа жизни для человека. В ходе работы над проектом, изучая дополнительную литературу и интернет – ресурсы выявили, что здоровый образ жизни помогает нам выполнять наши цели и задачи, успешно реализовывать свои планы, справляться с трудностями, а если придется, то и с колоссальными перегрузками. Крепкое здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полную радостей жизнь.



# Литература

1. Байер К. Здоровый образ жизни-М.: Мир, 1997.-369 с.
2. Бакунина М.И. Основы здорового образа жизни-М.: Мир, 1998.-398 с.
3. Здоровый образ жизни семьи. Информационный спенд.-М.: Сфера, Ранок, 2014.-193 с.
4. Здоровый образ жизни. Полезные советы [Электронный ресурс]. <http://lifeglobe.net/blogs/details?id=416>

**Спасибо за внимание!**